

Upp och iväg...

Jag älskar att läsa sagor för min dotter. Dels förstås för den närhet och närvaro vi båda två får uppleva, men dels också för att en bra saga är en otroligt häftig källa för inspiration och insikt. För inte så länge sedan läste jag en bok som hon är sådär halvförtjust i, men som jag gillar desto mer. Det handlar om en mycket påhittig och hjälpsam ekorre som häpet får veta att hans vän den försiktige sköldpaddans dröm är att få flyga. Så ekorren planerar en överraskning, och sköldpaddan får (till sin fasa) vara med om en riktig flygtur med hjälp av en stor drake. Sköldpaddan kommer till slut ner igen, och är riktigt arg på ekorren, som uppfyllde hans dröm. Ekorren förklarar snusförnuftigt att sköldpaddan borde ha förstått att sköldpaddor inte kan flyga, och att det därför det kändes fel. Sköldpaddan muttrar ilsket tillbaka att sköldpaddor visst kan flyga, men det är bara det att de *inte vill*.

Ja, tänker jag med ett leende, visst kan vi alla flyga, men vi kanske inte vill. Eller så kanske vi inte vill när andra vill. Eller när vi borde vilja. Det kan faktiskt räcka att vi vet att vi kan, vi behöver inte alltid känna oss tvungna att bevisa att vi kan. Sköldpaddan lyckades på ett helt fantastiskt sätt vända på det som kunde ha upplevts som ett fiasko, och förklarade sin reaktion med att han mycket väl kan men inte vill. Tänk om vi alla skulle kunna skapa oss den skyddande bubblan inom oss, som vi så väl behöver, och ignorera andras besvikelse, skadeglädje och skam, när vi gör bort oss totalt. Tyvärr är det väl så att vi som barn och unga helt och fullt suger i oss andras negativa reaktioner på våra misslyckanden, så att vi som vuxna knappt vågar röra oss utanför vår konstruerade bekvämlighets-zon. Ni vet, den där zonen som tryggt men begränsat fastställer hur långt vi kan gå innan det börjar bli otryggt. Den zon som gör att vi – chockartat nog – tänker högst en ny tanke per dag (!) och mestadels rör oss i invanda beteenden, invanda tankar och invanda aktiviteter.

Tänk om vi likt en våt hund bara kunde skaka av oss alla negativa reaktioner, och bara vara kvar i våra egna positiva tankar, när vi satsar stort på vårt nystartade, egna företag, eller kanonsnabbt flyttar in med stora kärleken, eller går med på att helt ensam hålla det där viktiga föredraget, eller gör något annat som våra nära och kära förhåller sig mycket skeptisk till... och misslyckas totalt. Tänk om vi bara kunde rycka på axlarna, och tänka "OK, det funkade inte som jag trodde, det känns tufft, men allt har sin mening, och jag har naturligtvis lärt mig en hel del". Tänk om vi kunde välja att inte lyssna på dem som säger "jag vill inte säga vad var det jag sa, men..." – för naturligtvis vill de *inget hellre* än att säga så! – och försöka söka oss inåt och fundera ut vad som gick fel och vad för lärdom vi kan dra av detta. Vi ser oss inte som misslyckade, utan som välsignade, som får tillfälle till att dra nya insikter. "Det kunde ha varit värre" tänker jag då, och jag har faktiskt under mina 42 år alltid kunnat komma underfund med på vilket sätt det kunde ha varit värre.

Vi får läsa om alla fantastiska personer som lyckats på olika sätt, och det gör mig jättegott att få läsa om dem, för då blir jag ju inspirerad och entusiasmerad! Vi får dock sällan höra om de personer som misslyckats totalt (och något säger mig att en hel del av de personerna som lyckats fantastiskt bra vid tidigare tillfällen i livet också misslyckats totalt), men vi behöver också få veta att det finns ett liv även efter offentlig förödmjukelse. Visst, positiva affirmationer, The Secret och visualiseringsövningar i all sin ära! Naturligtvis är de viktiga! Men faktum är att en hel massa affirmationer och visualiseringar inte "slår in". Världen som den ser ut idag säger oss att så är fallet. Jag är helt övertygad om att detta antingen beror på begränsningar vi lägger på oss själva, och att vi i grunden är genuina mirakelarbetare, eller på att tidpunkten helt enkelt inte var den rätta av olika anledningar. Men låt oss inte vifta undan dessa fiaskon och låtsas att de inte finns. Det tror jag inte gynnar vår utveckling. Det gör oss

bara *än mer* rädda för framtida fiaskon, och för omgivningens än mer negativa reaktion. Låt oss istället skratta högt vid tanken på hur dråpliga vi måste te oss för vår omvärld! Jag brukar då tänka mig en bild av Den Skrattande Buddhan, och slänga huvudet bakåt för ett jättegarv, medan jag sjunger högt ”ha ha ha, där fick mitt ego sig en kyss!” (Svar ja, människor runt omkring ser en smula rädda ut.)

med en darrande stortå prövades på linan i luften Sophia



www.solrosen.de / www.holism.se